

Genç Kadınlarda Kendini Susturma Self Silencing in Young Women

Meva Demir Kaya¹, Figen Çok²

Öz

Kültürlerarası bağlamda dikkat çeken kendini susturma kavramı, bir süredir incelenmektedir. Kendini susturma daha çok kadınların yakın ilişkilerinde başkalarının istek, beklenti ve ihtiyaçlarını kendininkinin önünde tutmasını ve kendi istekleri karşısında sessiz kalmalarını ifade etmektedir. Bu duruşun gerisinde çatışmadan kaçınma, ilişkiyi sürdürme çabası ve güven duygusu kazanma gibi amaçlar yer almaktadır. Bununla beraber kendi sesini bastırma ve başkalarının sesliliğini ya da beklentilerini ön plana alan kadınların kendilerini ilişkilerde kurban olarak gördüğü, dışsallaştırılmış ve bölünmüş bir benlik algısına sahip olduğu vurgulanmaktadır. Bu çalışmada kendini susturmaya ilişkin özellikler, son yıllarda sıklıkla karşılaşılan iki boyutlu otobiyografik model sunulmakta ve kendini susturmaya ilişkin kültürel ve feminist bağlam ele alınmaktadır. Ayrıca kadınlarda kendini susturma ile kimlik gelişimi arasındaki ilişkiler ve kadınlarda kendini susturma ile toplumsal cinsiyet rolleri arasındaki ilişkiler gözden geçirilmektedir.

Anahtar sözcükler: Kendini susturma, kimlik gelişimi, toplumsal cinsiyet

Abstract

The concept of self silencing which has been taken attention mainly in the cross cultural contexts has been investigated for a while. Self silencing mainly experienced by women refers to the fact that women care more about the wishes, expectations and needs of others in their close relationships. Avoiding conflict, maintaining the relationship and obtaining a sense of trust seem to be the underlying factors. Additionally it is also proposed that women who suppress their own voices and put the voices of others to the fore, view themselves as sacrifices in relationships and have an externalized and divided self perception. In this study, the characteristics of self-silencing, the two-dimensional autobiographical model which is frequently mentioned in recent years, and self-silencing in the cultural and feminist context are reviewed. Relationship between self silencing and identity development, and gender roles in women are reviewed in this paper.

Keywords: Self silencing, identity development, gender roles

¹Atatürk Üniversitesi, Erzurum, Türkiye

²Başkent Üniversitesi, Ankara, Türkiye

✉ Meva Demir Kaya, Atatürk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Erzurum, Türkiye
meva.dkaya@gmail.com | 0000-0002-1174-6305

Geliş tarihi/Received: 22.09.2020 | Kabul tarihi/Accepted: 24.11.2020 | Çevrimiçi yayın/Published online: 03.06.2021

ALANYAZINA Jack (1991) ile giren kendini susturma depresyon tanısı almış ve klinik ortamda bulunan kadınların deneyimlerine dayanmaktadır. Kadınların deneyimleri ilişkilerde başkalarının beklenti, ihtiyaç ve isteklerini kendininkinin önünde tutmayı ifade etmektedir (Jack 2003). Susturma kavramı, kadın çalışmalarında ve farklı disiplinlerde sıklıkla karşılaşılan bir kavramdır (Kurtiş 2010). Genellikle psikolojik ya da fiziksel yönde güven duygusunu sağlama, herhangi bir ilişkiyi sürdürme ve çatışmadan kaçınma amacını taşıyan susturma, bireysel özellik veya bir kişilik stilinden çok ilişkisel bir süreçtir (Jack ve Ali 2010). Kendini susturmaya odaklanan çalışmalara göre kendini susturma yakın ilişkilerde ortaya çıkmaktadır (Jack 1991, Jack ve Dill 1992).

Türkiye’de kendini susturma ile ilgili yapılan çalışmalar yurtdışındakilere göre oldukça sınırlıdır. Hatta yalnızca birkaç çalışmaya rastlanmaktadır (Kurtiş 2010, Demir Kaya 2019). Kültürel bağlamda kendini susturmanın önemi dikkate alındığında, kendini susturma ile ilgili değişkenlerin ele alınması önemlidir. Bu çalışmada kendini susturmanın temel nitelikleri, İki Boyutlu Otobiyografik Modelin sayıtları ve bunların yanı sıra kendini susturmanın kültürel ve feminist bağlamda nasıl yaşandığının incelenmesi amaçlanmaktadır. Ayrıca kendini susturmanın çıkış noktası olan kadınlarda kendini susturma, kendini susturma ile kimlik gelişimi ve toplumsal cinsiyet rolleri arasındaki ilişkiler ele alınmaktadır.

Kendini susturmanın temel nitelikleri

Kendini susturma, kişinin kendi hakkındaki düşüncelerini vurgulayarak sesli olma ile sessiz kalma bağlamında yakın ilişkilerdeki etkileşime dikkat çeken bir kavramdır (Jack ve Ali 2010). Bir diğer ifadeyle kendini susturma, yakın ilişkilerde sessizlik ya da sessizlik ölçütlerine göre biçimlenmektedir. Genel anlamda susturma sessizlik olarak ele alındığında, bireysel ve ortak sessizlik kavramları ilgi çeker. Ortak (collective) sessizlik, gruplar arası ilişkilerde dikkat çekmektedir. Diğer gruplar üzerinde baskı kuran gruplarda yaygın görülen ortak sessizlikte bireyler, grubun belirlediği normlar doğrultusunda kararlarını oluşturduklarından, herhangi bir tartışmaya girmezler ve itirazlara dayanma güçleri oldukça zayıftır. Bireysel sessizlik ise, kişinin kendini susturması olarak görülür (Le Bon 2009).

Kendini susturan bireyler başkalarının istek ve ihtiyaçlarına kendininkinden daha fazla önem verir (Jack 2003). Bu durumda kişinin kendinden feragat etmesi söz konusudur. Rand, akıl dışı değerleri temel alan ahlak öğretilerine göre bireyin varoluşunun asıl nedeninin kendini feda etmesi ve başkalarına hizmet etmesi olduğunu ileri sürer (Can 2019). Dolayısıyla bu kavramda bireyin başkalarının istek ve ihtiyaçlarını kendi istek ve ihtiyaçlardan daha fazla önemsemesi (kendini kurban olarak görme), medyadan aktarılan güzellik ölçütlerinin gerçek dışı standartlara neden olarak kadınların kendilerini katı bir tutumla değerlendirmesi (dışallaştırılmış benlik algısı), duygulara ilişkin yabancılaşma eğilimi ile benliğin bölünmesi (bölünmüş benlik) ve kendini ifade etmenin engellenmesi (kendini susturma) vurgulanmaktadır (Jack ve Dill 1992). Bu doğrultuda kendini susturmanın davranışsal ve fenomenolojik bakış açılarını içeren dört boyutu bulunmaktadır.

Kendini kurban olarak görme boyutunda, bireyin kendi ihtiyaçları yerine başkalarının ihtiyaçlarına öncelik vermesi ve bu şekilde ilişkilerini güvenceye alması söz konusudur. Yakın

ilişkilerde en büyük sorumluluğun ötekinin mutluluğu olarak görüldüğü bu süreçte, birey için ötekinin istek ve ihtiyaçlarıyla kendininkileri eşit düzeyde tutmak kendini suçlayıcı bir davranış olarak görülür. Bireyin kendine öncelik verdiği durumlarda ise, yoğun bir öfke yaşanır ve ardından bu durumu bastırmak amacıyla ahlaki bir temel öne sürülür. Böylelikle birey kendini yakın ilişkilerini devam ettirmek ya da herhangi bir çatışmadan kaçınmak amacıyla kendini bir kurban olarak öne sürer (Jack 1991).

Bir diğer boyut olan dışsallaştırılmış benlik algısında, bireyin kendini dış standartlar ile değerlendirmesi vurgulanmaktadır. Söz konusu standartlar kültür ve cinsiyete özgüdür. Kendinin başkaları tarafından nasıl görüldüğüyle ilgilenen birey, belirlenmiş olduğu standartlara ulaşamayacağı görüşündedir. Ayrıca bu boyutta, birey herhangi bir şeye karar verilirken yine ötekinin düşünce ve görüşleri daha değerli görmektedir (Jack ve Dill 1992).

Bölünmüş benlik algısında, dışsal bir sahte benlik ile içsel benlik arasında bölünme söz konusudur. Bu durumun nedeni yakın ilişkilerde bireyin duygu, his ve düşüncelerini saklamasıdır. Kadınlarda sahte benlik, partnerin isteklerini ön planda tutma ile karakterize edilir (Jack 1991). Bu durumda kadınlar içten içe kızgınlık ve öfke yaşayabilirler.

Kendini susturma boyutu ise, çatışmalardan kaçınmak ve ilişkileri güvenceye almak amacıyla bireylerin girişeceği eylemleri engellemeyi ve kendini ifade etmeyi bastırmayı ifade eder. İstek ve ihtiyaçların karşılanmayacak gibi görüldüğü durumlarda, birey bunlardan oldukça kolay bir şekilde vazgeçer. Son olarak, bu boyutta bireyin yakın ilişkilerde çatışmaya yol açacağını düşündüğü duygularını dile getirmek yerine, sessizliği tercih etmesi söz konusudur (Jack 2003). Bu şekilde bireyin pasif bir tutum sergileme yolunu tercih ettiği söylenebilir.

İki boyutlu otobiyografik model

Kendini susturmanın önemini ele alan çalışmalarda temel olarak Fivush'un (2002) Sosyal Yapılandırmacılık Modelinin (social-constructionist model) ele alındığı görülmektedir. Kendini susturma ile ilgili yapılan çalışmalar feminist ve gelişimsel bakış açılarındaki susma ve konuşmaya odaklanmıştır (Fivush 2002, Gilligan 2017). Bu bağlamda Fivush (2002) sosyal yapılandırmacılık modeline (social-constructionist model) dayanarak kendini susturma ya da ifade etmenin ilişkisel ve dinamik bir süreç olduğunu öne sürmüştür. Bu süreçte yaşam öyküsünün gelişimi oldukça önemli görülür. Bu modelde susturma ve seslilik/ifade edicilik ile "öteki/başkası" ve "kendi" olmak üzere iki boyut bulunmaktadır. Bu boyutlar Şekil 1'de verilmiştir.

İki boyutlu otobiyografik modele göre birey; ya kendinin ya da ötekinin/başkasının sesliliğine veya yine ya kendi ya da ötekinin susturmasına dahil olur. Bu süreçte herhangi bir boyutta bulunmayı belirleyen temel olgu ise, aktarılan anlatılardır. İki boyutlu otobiyografik modelin bireyin kendi bağlamında gerçekleştirdiği ilk durum onaylanmaktır. Bireyin kendini ifade edebilmesi ile, diğer bir ifadeyle bireyin kendi sesiyle, "onaylanmışlık" hissi oluşmaktadır. Bireyin kendini ifade edebilmesi, yaşama ilişkin gerçek anlamda bir deneyimi çağırıştırır. Bu modelde bireyin yine kendi bağlamında gerçekleştirdiği bir diğer durum ise kaçınmaktır. Yaşam öyküsünün susturulması, bir diğer ifadeyle susturulmuş deneyimler, varoluşsal bir umutsuzluğa yol açar ve bireyde "kaçınmacı" bir tutuma neden



Şekil 1. Susturma, ifade edicilik, kendi ve ötekine ilişkin iki boyutlu otobiyografik model (Fivush 2002)

olur (Fivush 2002). Bu boyutta bireyin kendini susturması görülür. Bu sürece yaşama ilişkin anlam ve benlik kaybı da eşlik eder (Jack ve Ali 2010). Olumsuz bir benlik deneyiminin yanı sıra bağlanma sürecinde de sıkıntılar yaşanabilir. Örneğin; birey istenmedik bir ayrılma deneyimini büyük bir tehdit olarak algılar. Ayrıca öz düzenleme becerilerinde bozulma da bu sürece eşlik edebilmektedir (Laurent ve Powers 2007). Yukarıda aktarıldığı gibi, iki boyutlu otobiyografik modelin bireyin kendi bağlamında ele alındığı durumlar “onaylanmak” ve “kaçınmak” olarak sınıflandırılmaktadır.

Öteki/başkası boyutunda ele alınan durumlarda ise, kültürün etkisinin oldukça önemli olduğu söylenebilir. Kültür toplumsal yaşamda olay, olgu ve anlatıların beklenen bir şekilde aktarılmasına dayanmaktadır. Yaşamın nasıl olması gerektiği veya bazı durumlara nasıl tepki verileceğine ilişkin kültürel normlar bulunmaktadır. Kültürün bireylere empoze ettiği bu durum, ötekinin sesinde konumlanır. Bu süreçte bireyin başkalarının istek ve beklentilerine maruz kalması söz konusudur. Benzer şekilde bazı duygular, düşünceler ve bakış açıları bazı durumlarda kültür tarafından kabul edilemeyebilir. Bu durumda ise, reddedilme boyutu dikkat çeker. Bu boyutta ötekilerin/başkalarının susturması söz konusudur (Fivush 2002). Bu bağlamda bireyin hangi boyutta konumlanacağı üzerinde kendi tutumları olduğu kadar, kültürün de etkisi olduğu söylenebilir.

Kültürel ve feminist bağlamda kendini susturma

Kadınların anlatıları üzerinde yapılan çalışmalarda, kendini susturmanın hayata ve kendiliğe ilişkin kayıp duygusuna neden olması üzerinde durularak öfke, kendine ihanet, utanç ve çaresizlik gibi duygulara dikkat çekilmiştir. Bu çalışmalarda özellikle kadınların kültürün belirlemiş olduğu normlara ve feminen ideallere uyma konusunda baskı altında olduğu görülür (Jack ve Dill 1992, Jack ve Ali 2010). Dolayısıyla kendini susturmaya ilişkin yapılan çalışmalarda (Jack ve Ali 2010, Kurtiş 2010, Mauthner 2010, Worell 2010) genellikle kültürel ve feminist bakış açılarının önde olduğu söylenebilir.

Kendini susturmaya ilişkin birçok anlatı ve anlamlar çeşitli kültürlerde ele alınmıştır (Jack ve Dill 1992, Witte ve Sherman 2002, Kurtiş ve ark. 2017). Birçok kültürde kendini susturma ile ilgili ilişkisel şemalarla kolayca karşılaşılabılır. Bu şemalarda genellikle bir kadının ekonomik güvence amacıyla bir ilişkiye sıkı sıkıya bağlanması söz konusudur (Jack ve Ali 2010). Ancak bu tür tutumlar belirli bir kültürde sahip olunan benlik türlerine göre farklılık gösterebilir.

Ötekinin istek ve beklentilerine uymak ve bağlılığı sürdürmek genellikle kültürlerarası psikolojide ele alınan ‐ilişkisel benlik‐ yapısında görülür. Özellikle geleneksel toplumlarda sıklıkla karşılaşılan bu benlik yapısında temel olan şey, ilişkilere uyum sağlayarak bu ilişkilerin bir parçası olmaktır (Kağıtçıbaşı 2010). İlişkisel benlik yapısının yaygın olduğu kültürlerde, birey olabilmek açısından uzaklaşma, ayrışma gibi süreçleri içeren ergenlik döneminin, bireyler tarafından genellikle yaşanmadığı söylenebilir. Bu dönemi yaşayamamış bireyler ilişkilerinde bazı sorunlarla karşılaşsalar bile, ergenlikte ebeveynleriyle yaşadıkları olumsuz durumlar sonucunda uzaklaşma ve kopma deneyimlemedikleri için, birlikteliklerindeki mutsuz ilişkiyi de bitiremezler. Toplulukçuluk duygusunu yüksek düzeyde yaşayan bu bireyler, öteki için yaşamaya ve ötekini mutlu etmeye çabalarlar (Hasanoğlu 2013). Dolayısıyla bu süreçte kişisel ihtiyaçlar ve görüşlerin engellenmesi söz konusudur (Kurtiş 2010).

Ayrışik benlik yapısında karar verme ve hedefleri gerçekleştirme gibi niteliklere ek olarak özellikle kendini ifade etme, yani seslilik vurgulanmaktadır (Adams ve Plaut 2003, Kağıtçıbaşı 2010). Bireyin kendini olduğu gibi hissetmesinin yolu, kendini ifade edebildiği bir kültürde yer almasına bağlıdır (Jack ve Ali 2010). Bu doğrultuda ‐ayrışik benlik‐ yapısının baskın olduğu kültürlerde, kendini susturmanın az olduğu söylenebilir.

Öte yandan feminist yaklaşımda ise, kendini susturma ile ilgili birçok modelin geliştirildiği görülmektedir (Jack 1991, Fivush 2002, Dainow 2014, Gilligan 2017). Gilligan'ın (2017) çalışmaları, bunlardan en çarpıcı olanlardan biridir. Gilligan feminist bakış açısıyla incelenen çalışmalarda ilişkilere oldukça önem verildiğini öne sürer. İlişkisel kuram, kadınların ilişkilere uyum sağlama sürecini ele alarak, bu süreçte benlik duygusunun yakın ilişkiler ile birlikte yapılandırıldığını vurgulamaktadır (Gilligan 2017).

Gilligan'a (2017) göre kadınlar ifade edici özelliklerini ergenlik döneminde engellemeye başlamaktadırlar. Bu süreçte kadınlar yaşama ilişkin gerçek anlamda bir deneyimden uzak kalırlar. Gerçek benlikten uzaklaşma ile sonuçlanan bu süreçte, ‐ideal kadın‐ imajı ve toplumsal cinsiyet rollerini içeren bir benlik yapılandırılmaktadır. Ancak, benlik ve kimlik yapılanma sürecinde kadınların, feminizmin gelişi ile, ipotekli kimliğe daha az sahip oldukları da bilinmektedir (Marcia 1996).

Kendini susturmanın çıkış noktası her ne kadar kadınlar tarafından aktarılan söylemlerden oluşsa da, ilgili alanyazına bakıldığında erkeklerin de kimi zaman kendini susturduğu görülür (Smolak 2010). Kadınların ilişkilerini devam ettirmek için tercih ettikleri sessizliği erkekler; özerkliklerini korumak, ilişkilerde etkileşimleri kontrol altına almak ve mesafe koymak amacıyla kullanabilirler. Dolayısıyla hem kadınlar hem de erkekler için kendini susturmanın olumsuz çıktıkları olduğu söylenebilir. Bununla birlikte, kadınlarda kendini susturma ile ilgili araştırmalar, erkeklere göre sayıca daha fazladır. İlgili alanyazın da kendini susturmanın genellikle kadınlara özgü bir kavram olduğu görüşünü desteklemektedir (Jack ve Ali 2010).

Kadında kendini susturma

Özellikle kadınlarda gözlenen kendini susturma, toplumsal cinsiyet eşitsizliği ile ilişkili bir kavram olarak ele alınmaktadır. Toplumsal cinsiyet eşitsizliği günlük etkileşimlerin yapılanma sürecini etkileyerek, kadınlarda kendini susturmanın yansımaları oluşturur. Örneğin; geleneksel kadınsı cinsiyet özelliği bir kadının, kendi istemese bile, başkalarının yapmak istediği şeyi tercih etmesini öngörmelerini ve erkeklerin ihtiyaçlarının kadınlarınkinden önde olmasının olağan olduğunu ifade eder. Bu tür düşünceler kadınların ilişkilerini sürdürülebilmek amacıyla davranış şekillerine ilişkin zorluklara da dikkat çeker (Jack ve Dill 1992).

Erkeksi cinsiyet özelliklerin baskın olduğu kültürde kadınlar, kim olmaları gerektiğine ya da kim olduklarına ilişkin normlarla karşı karşıya kalırlar. Bu tür toplumlarda kendini susturma kadınlara özverili, hoşgörülü ve sevgi dolu olmayı empoze eden değer, norm ve imgelerdir (Jack ve Ali 2010). Söz konusu baskının sonucunda kadınlar yakın ilişkilerinde sıklıkla kendini susturmaya başvururlar (Zoellner ve Hedlund 2010). Bu durum toplumsal cinsiyete ilişkin özelliklerin yanı sıra ilişkinin sona erme korkusundan da etkilenmektedir (Jack 1991). İlişkilerin sonlanması tehdidi, yalnızlık duygusunu çağrıştırmaktadır. Yalnızlığa ilişkin olumsuzlukla başa çıkmak için kendini susturmaya başvuran kadınlar, bu kez de kendini susturmanın getirmiş olduğu olumsuzlukla karşı karşıya kalabilir. Bu durumda kadınların kendini sıkışmış ve baskı altında hissetmeleri olağandır. Öyle ki ilişkilerin sonlanmasıyla oluşan yalnızlık ve kendini susturma birey için hoş gitmeyen bir durumdur (Jordan 2010).

Kendini susturmaya ilişkin dikkat çeken bir diğer kavram yalnızlıktır. Kendini susturma ile yalnızlık arasında ilişki olduğu ve bu kavramların depresyona neden olduğu bilinmektedir (Thompson 1995, Besser ve ark. 2003, Besser ve ark. 2010). Ancak bazı kültürlerde yakın ilişkiler, yalnızlığı önlemede tek bir faktör olarak görülmez. Bu kültürlerde depresyon ile kendini susturma arasındaki ilişki daha düşüktür (Sikka ve ark. 2010).

Kendini susturma, kadınlarda depresyonu açıklamak amacıyla bağlanma, ilişkisel ve bilişsel kuramları bütünleştirmektedir. Bu noktada ilişkisel kuram dikkat çekmektedir. Bu kuramda yer alan ilişkisel şemalar sosyal anlamda kabul edilen “kadınsı bağlanma davranışlarını” içerir. Kadınsı bağlanma davranışları çatışmayı engelleyen kendini susturma, ötekine bakım vermeye ilişkin zorunlu hisler ve ötekileri memnun etme ile tanımlanır. Aynı zamanda bu davranışlar, ilişkiyi güvenceye alma ve partnere odaklanmadan dolayı kaygılı bağlanmayı çağrıştırmaktadır. Ayrıca yine ilişkisel şemalar kadınları kendi ifadelerini ve öfkesini bastırmaya, ötekilerin beklentileri doğrultusunda davranmaya ve kültürel bağlamda tanımlanan “ideal/mükemmel/iyi kadın” olma yönünde benliğini değerlendirmeye neden olduğundan depresyona zemin hazırlar (Jack 1991, Jack ve Dill 1992, Jack ve Ali 2010).

İdeal kadın imajı, kadınlara yakın ilişkilerde sorumluluğun kendilerinde olduğu mesajını verir. Bu nedenle kadınlar ötekilere karşı kendilerini uyumlu göstermek amacıyla eşit olma isteklerinden vazgeçerek kendilerini sustururlar. Bu süreçte kadınların iç dünyalarındaki his ve davranışlarına ilişkin oluşturmuş oldukları gereklilikler, ilişkilerini devam ettirebilmek

amacıyla kendi kendini susturmaya yönelir. Bu durumun sonucunda ise, bölünmüş bir benlik ile karşı karşıya gelinir (Jack ve Ali 2010).

Kadınların kurmuş oldukları yakın ilişkiler, onların kim olduklarına ve benliğine ilişkin duyguları belirlemektedir (Jordan 2010). Bir diğer ifadeyle, kadınlar kimlik duygusu ile ilişkilerdeki yalıtılmışlık duygusunu aynı zamanda deneyimleyebilirler. Kadınlar kimlik duygusu kazanımını, yakın ilişki kurmak amacıyla erteleyebilirler. Bu durum da yakınlık ile kimlik duygusunun eş zamanlı deneyimlenmesine yol açar (Erikson 1994, Gilligan 2017).

Buraya kadar aktarılan bilgiler ışığında kadınların ilişkilerini sürdürebilmek amacıyla kendilerini susturdıkları ve kadınlarda kimlik duygusunun yakın ilişkilerdeki yalıtılmışlık duygusuyla aynı anda yaşanabildiği söylenebilir. Ayrıca ilgili alanyazında kendini susturmanın kimlik kuramını temel alarak oluşturulduğu (Jack ve Ali 2010) ve kimlik gelişiminin kendini susturma ile ilişkili olduğu söylenebilir (Fossum 1996, Silva 2002, Gayed 2003, Russell 2015, Kurtiş ve ark. 2017, Maji ve Dixit 2019). Bu bağlamda kendini susturma ile kadınlarda kimlik gelişimi arasındaki ilişkiden söz etmenin yararlı olduğu söylenebilir.

Kendini susturma ile kimlik gelişimi

Kimlik gelişiminin ergenlik döneminde başladığı ve yirmili yaşların sonlarına doğru tamamlandığı düşünülmektedir (Arnett 2000, Morsunbul ve ark. 2016). Erikson'un (1994) Psikososyal Gelişim Kuramı'nda kimlik duygusuna karşı rol karışıklığı ergenlikte (beşinci evre), yakınlığa karşı yalıtılmışlık ise genç yetişkinlikte (altıncı evrede) yer alır. Ancak Erikson'a göre bu sıralama kadınlarda bazen değişebilir. Öyle ki kadınlarda kimlik, ötekiyle oluşturulan ilişkiler doğrultusunda biçimlendiğinden beş ve altıncı evre aynı zamanda deneyimlenebilir. Gilligan'ın (2017) ilişkisel kuramında yakın ilişkilerin, kadınlardaki kimlik gelişiminde merkezde olduğu görülür. Benzer şekilde feminist yaklaşım gibi bazı yaklaşımlar da kadınlarda kimlik gelişiminde yakın ilişkilerin odakta olduğunu öne sürerek, kimlik gelişiminde bu ilişkileri devam ettirmenin gerekli olduğunu ifade ederler (Brazaitis 1997, Jordan 1997). Herhangi bir yakın ilişkiyi sürdürmek ise, kendini susturmanın temelini oluşturmaktadır. Kadınlarda kimlik gelişiminde de bu ilişkilerin önemi göz önüne alındığında kendini susturma ile kimlik gelişimi arasındaki ilişki dikkat çekmektedir.

Kendini susturma ile kimlik gelişimi arasındaki ilişkiden söz edilebilecek bir yaklaşım olarak Anlatı Kimlik (Narrative Identity) Yaklaşımı ele alınabilir. Bu yaklaşıma göre bireyin kendi yaşamında oluşturmuş olduğu anlam ve temalar ruh sağlığını etkilemektedir (Schwartz ve ark. 2015). Kendini susturmanın da kadınların anlatılarına dayandığı göz önüne alındığında, ruh sağlığı üzerinde birden fazla faktörün etkili olduğu söylenebilir. Kendini susturma ile anlatı kimliğinin gelişim süreci ele alındığında ise, benzer dönemlerle karşılaşmaktadır. Miller (1996) kendini susturmanın erken çocukluk döneminde oluşmaya başladığını ve kültürel normlar doğrultusunda gençlik döneminde yoğunlaştığını öne sürmektedir. McLean ve Syed (2017) ise bireyin yaşama ilişkin olayları ifade edebilme, yani anlatıya dönüştürebilme yeteneğinin çocuklukta oluşmaya başladığından, ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemlerinde ise geliştiğinden söz eder. Bu doğrultuda kendini susturma ile anlatı kimlik yaklaşımının benzer yaşam dönemlerinde ve bireyin ifadelerine dayanarak ortaya çıktığı görülür.

Kendini susturma ile kimlik gelişimi arasındaki ilişkiyi vurgulayan bir diğer model Waterman'ın Kimlik Statüleri Modelidir. Bu modelde kimlik gelişiminde yaygın olarak kullanılan seçeneklerin araştırılması ve içsel yatırım değişkenlerinin yanı sıra kişisel ifade edicilik (personal expressiveness) değişkeni üzerinde de durulmuştur (Waterman 1995). Kişisel ifade ediciliğin temelini iyi oluş kavramı oluşturmaktadır (Waterman 1990). Bu değişken ile birey, kimlik örüntülerinin seçimine ilişkin bir değerlendirme sürecine girer. İfade ediciliğin kimlik örüntülerini oluşturmadaki rolü göz önüne alındığında, kimlik gelişimi ile kendini susturma arasındaki ilişki dikkat çekmektedir. Öyle ki kişisel ifade edicilik kavramı Fivush (2002) tarafından geliştirilen İki Boyutlu Otobiyografik Model'de kendini susturmanın bir diğer ucunda bulunmaktadır. Dolayısıyla ifade ediciliğin odakta bulunması nedeniyle, kendini susturma ile kimlik gelişiminin birbiriyle ilişkili olduğu söylenebilir.

Kendini susturma ile kimlik gelişimi arasındaki ilişkiye örnek verilecek bir diğer model Kimlik İşlevleri Modelidir. Olumlu ruh sağlığı özellikleriyle ilişkili olan kimlik işlevleri modeli Adams ve Marshall (1996) tarafından geliştirilmiştir. Bu modele göre kimlik gelişiminde iyi oluş kavramı kimliğin işlevlerini çağrıştırmaktadır. İyi oluş kavramı ile ilgili alanyazına bakıldığında, kendini susturmanın da oldukça sık çalışıldığı görülmektedir (Astbury 2010, Gordon 2010, Jordan 2010, Kurtiş 2010, Trimble ve ark. 2010, Maji ve Dixit 2019).

Kimlik işlevleri modelinde kimliğin pasif ya da aktif yapılandığı görülür. Kimliğin pasif yapılanmasında özdeşleşme, taklit ve itaat söz konusudur. Aktif yapılanmada ise özerklik, özgür irade ve kendini ifade etme dikkat çekmektedir (Serafini ve Adams 2002). Dolayısıyla kimliğin aktif yapılanma sürecine, bireyin kendini susturmak yerine ifade etmesi önemli katkı sağlayabilir. Bu nedenle, kendini susturmanın kimliğin aktif yapılanması önünde büyük bir engel olduğu söylenebilir. Örneğin; başkalarına itaat eden ve onların yaşantılarını taklit eden kadınlar kendi sesliliklerinin önüne geçerek aktif yapılanmış bir kimliğe ulaşamamaktadırlar. Benzer şekilde kimliğin pasif yapılanmasıyla ifade ediciliğin azaldığı, dolayısıyla kendini susturmanın arttığı ve kendini susturma ile de başarısız kimlik statüleri arasında ilişki olduğu düşünülebilir.

Kimlik statüleri bağlamında kimlik ile kendini susturma arasındaki ilişki incelendiğinde, Marcia'nın (2014) yakınlık statüleri dikkat çekmektedir. Bireyler yakın ilişki kurmak amacıyla cinsiyet rolleri ve cinsellik gibi yaşam alanlarına ilişkin seçeneklerin araştırılması ve içsel yatırım ölçütlerini gözden geçirirler. Bu süreçte ilişkilerdeki bağlanma ve derinliği yansıtan yakınlık türleri bulunmaktadır. Bunların en başarılı olandan sıralaması; yakın ilişki, yakın ilişki öncesi/ön yakın ilişki, sözde yakın ilişki, kalıplaşmış yakınlık ve izole ilişki şeklindedir (Marcia ve Josselson 2013, Marcia 2014). Burada ilişkilerde sosyal normlara, algılara ve kalıplara göre hareket edilmesi ve cinsiyetlere ilişkin sığ yargılara sahip olunması açısından "kalıplaşmış yakınlık" statüsü dikkat çekmektedir. Öyle ki ilişkisel şemaların sosyal norm, algı ve kalıplara göre tanımlandığı durumlarda birey kimi zaman kendini susturabilir. Kendini susturmanın yaygın olduğu kültürlerde, özellikle kadınlar, istek ve ihtiyaçlarını engelleyerek ve sosyal normlara bağlanarak ilişkilerini kendilerinde güvenceye alırlar (Zoellner ve Hedlund 2010). Dolayısıyla cinsiyete ilişkin toplumsal normlar, kültürel

baskılar ve kalıplaşmış düşüncelerin; Marcia'nın (2014) yakınlık statülerinden kalıplaşmış statü ile kendini susturma arasındaki ilişkiyi desteklediği söylenebilir.

Kendini susturma ve kimlik gelişimine ilişkin çalışmalar genel olarak değerlendirildiğinde, bu iki kavramın birbiriyle ilişkili olduğu görülmüştür (Miller 1996, Barclay 2004, Reyes 2014). Örneğin; Neves ve Nogueira (2010) tarafından yapılan çalışmada kendini susturma, kadınlarda kimlik yapısını koruyan bir araç olarak görülür. Miller'a (1996) göre kendini susturma kadınların ilişkilerinde öğrenilir ve kimlik de bu ilişkiel mücadeleler ile yapılandırılır. Jack (1991) kadınların ilişkilerinin temelinde kadın kimliğinin olduğunu öne sürer. Jack ve Ali (2010) ise, kadına "ben kimim" sorusuna kendisinin yanıt vermesine imkan tanımayan toplumların, kadını kendini susturma davranışına yönlendirmesinden bahseder.

Buraya kadar aktarılanların ışığında, kendini susturmanın kimliğe ilişkin kuramlardan yola çıkarak kültürlerarası bağlamda ele alındığı ve kadının kim olduğuna ilişkin sorgulamalar üzerinde kendini susturmanın önemli bir faktör olduğu söylenebilir.

Kendini susturma ile toplumsal cinsiyet rolleri

Toplumsal cinsiyet, cinsiyetler arasındaki biyolojik farkın ötesinde, cinsiyete ilişkin iş bölümü ve kültürel bir yorum olarak görülür (Zerzan 2010). Kültürlerarası farkı yansıtan toplumsal cinsiyet kavramı, sosyokültürel çevrenin birey üzerindeki etkisine dikkat çekmektedir. Kültürün toplumsal cinsiyet üzerinde belirleyici olması, kültürlerarası psikolojide önemli görülen kendini susturma kavramını akla getirir. Bir diğer ifadeyle kültürel bağlamın etkisi göz önüne alındığında, kültürün toplumsal cinsiyet ve kendini susturmanın bir kesişimi olduğu söylenebilir.

Smolak'a (2010) göre kendini susturmanın bir diğer ucunda bulunan ifade edicilik ile cinsiyet rolleri arasındaki ilişki, çeşitli etnik gruplarda ve kültürlerde farklılaşmaktadır. Bazı kültürel değerler ve toplumsal normlar kadınları susmaya yönlendirir. Özellikle ataerkil toplumsal değerler ve geleneksel cinsiyet özellikleri, kendi beklentileri doğrultusundaki rolleri onaylayarak kadınlarda boyun eğici bir tutumun oluşmasına neden olur (Jack 1991). Diğer bir ifadeyle kimliklerini geleneksel cinsiyet rolü bağlamında biçimlendiren kadınlar kişilerarası ve romantik ilişkilerini devam ettirebilmek amacıyla kendilerini sustururlar (Harper ve Welsh 2007). Kadınsı ve erkeksi cinsiyet tipllemeli roller, geleneksel roller bağlamında ele alınır (Woodhill ve Samuels 2004). Bu roller liderlik, özerklik ve girişkenlik gibi niteliklere sahip olma ya da olmama açısından farklılaşmaktadır (Horwitz ve White 1987, Özmen ve Sümer 2011).

Kadınsı ve erkeksi cinsiyet rollerinde kendini susturma farklı şekillerde gerçekleşir (Smolak 2010). Erkeksi cinsiyet rolü girişken, bağımsız ve güçlü olmaya vurgu yapar. Kadınlar ise kendilerini susturarak ya da dış görünüşlerine yatırım yaparak ilişkilerini devam ettirmeye çabalar. Bu yönüyle kadında kendini susturma korku, kibarlık, bağımlılık, kırılabilirlik ve pasiflik gibi özelliklerin olduğu bir cinsiyet rolünü temsil eder (Horwitz ve White 1987, Smolak 2010). Dolayısıyla kadınsı cinsiyet rolünde dış görünüşte çekiciliği gereğinden fazla önemseme (dışsallaştırılmış benlik algısı), ifade ediciliğe ilişkin pasif bir tutum (kendini susturma), ilişkilerde ötekine bağımlılık hali

sonucunda öz duygulara yabancılaşma (bölünmüş benlik) ve ötekine/başkalarına aşırı duyarlılık gösterme (kendini kurban olarak görme) gibi durumlarla karşılaşılabilir. Bu bağlamda kadınsı cinsiyet rollerine sahip olanların, daha yüksek düzeyde kendini susturdukları söylenebilir.

Hem erkeksi hem de kadınsı cinsiyet özelliklerinin taşınması, androjenite olarak nitelendirilir. Androjen gruptaki bireyler kendilerini tanımlarken, kadınsı veya erkeksi özellikleri sıralamak yerine, birey olarak kendi algıları üzerinde durur. Bu tutum ise, kendini susturmayı önleyici bir işlev görmektedir (Witte ve Sherman 2002). Dolayısıyla androjen cinsiyet özelliğine sahip olan kadınların, daha düşük düzeyde kendini susturdukları düşünülebilir.

Kendini susturma ile toplumsal cinsiyet rolleri genel olarak değerlendirildiğinde her iki kavramın da kültür temelinde şekillendiği, ataerkil toplumlarda ve geleneksel roller bağlamında değerlendirilen kadınsı ve erkeksi özelliklerin kendini susturmayı artırdığı, bu karşın androjen cinsiyet özelliğinin ise kendini susturmayı önlediği söylenebilir.

Sonuç

Kendini susturmanın kültürel bağlamda ele alınan önemli bir kavram olduğu söylenebilir. İlişkisel açıdan bakıldığında, genellikle kadınlarda çatışmadan kaçınma, yakın bir ilişkiyi sürdürme ve böylelikle ilişkiyi güvenceye alma amaçları söz konusudur.

Kendini susturmaya ilişkin iki boyutlu otobiyografik model susma ve ifade edicilik bağlamında daha fazla bilgiye ulaşmamızı sağlamıştır. Bu model bireyin kendi ya da öteki tarafından susması/susturulmasıyla ilgili yine kendi ya da öteki tarafından ifade ediciliğe ulaşması bağlamında karşılaşılan olası durumlardan söz etmektedir (Fivush 2002). Ancak bu modeldeki kavramlar her iki cinsiyet için ayrı ayrı değerlendirilmemiştir. Özellikle ilgili alanyazında kendini susturmanın her ne kadar kadınlara özgü bir kavram olduğu ifade edilse de, erkeklerin de bu duruma başvurabildiği belirtilmiştir. Bu nedenle her iki cinsiyet için de ayrıntılı bir model sunumu kendini susturmanın temelini anlaşılmasında büyük katkı sağlayabilir.

Toplulukçu kültürlerde genellikle yaygın olan ilişki benlik yapısına sahip olan bireyler toplum tarafından belirlenen rolleri olduğu gibi kabul etmektedir. Ayrışık benlik yapısında ise toplumsal normlar yerine; bireyin kendi amaç, düşünce ve ifadeleri ön plana aldığı bilinir (Adams ve Plaut 2003, Kağıtçıbaşı 2010). Kültürel çevrenin bireyin ifadeleri üzerindeki etkisi göz önüne alındığında, kendini susturmanın bireyin içinde yaşadığı toplumsal ve kültürel bağlam tarafından şekillendiği söylenebilir. Kendini susturma üzerinde kültürün etkisinin daha ayrıntılı ele alınabilmesi amacıyla, farklı toplum ve kültürlerdeki kadınların kendini susturmaları üzerinde kesitsel araştırmaların yapılması bu durumla ilgili daha fazla bilgiye ulaşmamızı sağlayabilir.

Kendini susturmaya ilişkin çalışmalar ilişkileri sürdürebilmek, çatışmadan kaçınmak, ideal kadın imajına ulaşmak ve böylelikle güvende hissetmenin kadınlarda kendini susturmanın temel amaçları olduğunu göstermektedir. Ancak ilgili alanyazında erkeklerin kendini susturması üzerinde zengin bir bilgiye rastlanmamıştır. Özellikle Türkiye’de ilgili alanyazında

erkeklerin kendini susturmasına ilişkin herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu yönüyle kendini susturmayı genel anlamda “birey” bağlamında ele almak tartışmaya açıktır.

Kendini susturma ile kimlik gelişimi arasındaki ilişkiye bakıldığında kendini susturan bireylerin kimliklerini olumsuz biçimlendirdikleri söylenebilir. Kendini susturan bireyler kim olduklarına ilişkin aktif araştırmada bulunamadıklarından ve kimliklerini pasif bir şekilde yapılandırdıklarından başarısız bir kimliğe sahiptirler. Kendini susturma kavramının depresyon tanısı almış ve klinik ortamda bulunan kadınların anlatılarıyla ortaya çıktığı (Jack 1991) göz önüne alındığında, bu alanda çalışan uzmanların kimliğe ilişkin örüntüleri de ayrıntılı bir şekilde ele almaları sürece önemli katkı sağlayacaktır. Buna karşın, ifade edicilik düzeyleri yüksek olan bireylerin kimliğe ilişkin seçenekleri aktif bir şekilde araştırıp içsel yatırımda bulduklarından kimliklerini başarılı bir şekilde biçimlendirdikleri söylenebilir.

Kendini susturma ile toplumsal cinsiyet rolleri arasındaki ilişki ele alındığında kadınsı ve erkeksi cinsiyet özelliklerini kapsayan geleneksel cinsiyet rollerinin kendini susturmayı artırdığı görülmektedir. Toplum tarafından belirlenen normlar doğrultusunda cinsiyet rollerini oluşturan bireyler, kendi seslerinin aksine, içinde yaşadıkları kültürün istek, beklenti ve ihtiyaçları doğrultusunda hareket etmektedirler. Dolayısıyla kendi istek, beklenti ve ihtiyaçlarını baskırlarlar. Öte yandan, hem erkeksi hem de kadınsı cinsiyet özelliklerine yüksek ve aynı düzeyde sahip olan bireyler, yani androjenler, toplumsal normlara göre değil, kendi tercihleri doğrultusunda adım atarlar. Kadınsı ya da erkeksi özellikler ile sınırlandırılmadıklarından, içinde buldukları durumun gerektirdiği şekilde esnek bir tutum sergileyerek istek, beklenti ve ihtiyaçlarını ifade ederler.

Kendini susturmaya ilişkin çalışmaların içerikleri zengin olmakla birlikte, sayısı oldukça sınırlıdır. Türkiye’deki alanyazına bakıldığında kendini susturma ile ilgili sınırlı çalışma görülmektedir (Kurtiş 2010, Demir Kaya 2019). Bu nedenle kendini susturma ile ilgili çalışmaların artması ve kendini susturmanın incelenmesinde kültürlerarası karşılaştırmaların yapılması, boylamsal yöntemin kullanılması ve nitel çalışmalarda anlatılara başvurulması oldukça yarar sağlayacaktır.

Bu kavramın geliştirilerek incelenmesi ve buna ilişkin verilerin toplanması kadınların daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunacağı gibi, yapılacak önleme çalışmalarına da ışık tutacaktır.

Kaynaklar

- Adams G, Plaut VC (2003) The cultural grounding of personal relationship: Friendship in North American and West African worlds. *Pers Relationsh*, 10:333-347.
- Adams GR, Marshall SK (1996) A developmental social psychology of identity: Understanding the person-in-context. *J Adolesc*, 19:429-442.
- Arnett JJ (2000) Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *Am Psychol*, 55:469-480.
- Astbury J (2010) The social causes of women’s depression: A question of right violated? In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):19-45. New York, Oxford University Press.
- Barclay LL (2004) The relationship of collectivist values orientation and psychological abuse from male partners to women’s self-silencing and personality style (Doctoral dissertation). Cincinnati, OH, The Union Institute & University.
- Besser A, Flett GL, Davis RA (2003) Self-criticism, dependency, silencing the self, and loneliness: A test of a mediational model. *Pers Individ Dif*, 35:1735-1752.

- Besser A, Flett GL, Hewitt PL (2010) Silencing the self and personality vulnerabilities associated with depression. In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):285-312. New York, Oxford University Press.
- Brazaitis SJ (1997) *White racial identity attitudes as moderators of self-silencing in white women* (Doctoral dissertation). New York, Columbia University.
- Can M (2019) *Rasyonel Bencilik Ahlakı*. Ankara, Elis Yayınları.
- Dainow A (2014) *The influence of feminism on self-silencing and friendship quality in women's same-sex friendships* (Master thesis). Guelph, Canada, The University of Guelph.
- Demir Kaya M (2019) *Genç kadınlarda kendini susturma ve toplumsal cinsiyet rollerinin kimlik işlevleri üzerindeki etkisi* (Doktora tezi). İstanbul, Maltepe Üniversitesi.
- Erikson EH (1994) *Identity, Youth and Crisis*. New York, Norton.
- Fivush R (2002) *Voice and silence: A feminist model of autobiographical memory*. In *The Mediated Mind: Essays in Honor of Katherine Nelson*. (Eds J Lucariello, JA Hudson, R Fivush, PJ Bauer):1-38. Mahwah, Erlbaum.
- Fossum JL (1996) *A correlational study of feminist/womenist identity development and depression in women* (Doctoral dissertation). Los Angeles, CA,, University of Southern California.
- Gayed EK (2003) *Gender conceptualizations of the divine as related to women's self-esteem and feminist identity* (Doctoral dissertation). Los Angeles, CA, Alliant International University.
- Gilligan C (2017) *Kadının farklı sesi* (Çeviri D Dinçer, F Arisan, M Elma). İstanbul, Pinhan Yayıncılık.
- Gordon RA (2010) *Drugs don't talk: Do medication and biological psychiatry contribute to silencing the self?* In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):47-72. New York, Oxford University Press.
- Harper MS, Welsh DP (2007) *Keeping quiet: Self-silencing and its association with relational and individual functioning among adolescent romantic couples*. *J Soc Pers Relat*, 24:99-116.
- Hasanoğlu A (2013) *İlişkilerin Günlük Hayatı*. İstanbul, Remzi Kitabevi.
- Horwitz A, White H (1987) *Gender role orientations and styles of pathology among adolescents*. *J Health Soc Behav*, 28:158-170.
- Jack DC (1991) *Silencing the Self: Women and Depression*. Cambridge, Harvard University Press.
- Jack DC (2003) *The anger of hope and the anger of despair: How anger relates to women's depression*. In *Situating Sadness: Women and Depression in Social Context*. (Eds J Stoppard, L McMullen):62-87. New York, New York University Press.
- Jack DC, Ali A (2010) *Introduction: Culture, self-silencing, and depression: A contextual-relational perspective*. In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds. DC Jack, A Ali):3-17. New York, Oxford University Press.
- Jack DC, Dill D (1992) *The silencing the self scale: Schemas of intimacy associated with depression in women*. *Psychol Women Q*, 16:97-106.
- Jordan J (1997) *A relational perspective for understanding women's development*. In *Women's Growth in Diversity: Writings from the Stone Center*. (Ed JV Jordan):9-24. New York, Guilford.
- Jordan J (2010) *On the critical importance of relationships for women's well-being*. In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):99-106. New York, Oxford University Press.
- Kağıtçıbaşı Ç (2010) *Günümüzde İnsan ve İnsanlar*. İstanbul, Evrim Yayınevi.
- Kurtiş T (2010) *Self-silencing and well-being among Turkish women* (Doktora tezi). İstanbul, Koç Üniversitesi.
- Kurtiş T, Soyulu Yalçınkaya N, Adams G (2017) *Silence in official representations of history: Implications for national identity and intergroup relations*. *J Soc Polit Psychol*, 5:608-629.
- Laurent H, Powers S (2007) *Emotion regulation in emerging adult couples: Temperament, attachment, and HPA response to conflict*. *Biol Psychol*, 76:61-71.
- Le Bon G (2009) *Kitleler Psikolojisi* (Çeviri Y Ender). İstanbul, Hayat Yayınları.
- Maji S, Dixit S (2019) *Self-silencing and women's health: A review*. *Int J Soc Psychiatry*, 65:3-13.
- Marcia JE (1996) *The importance of conflict for adolescent and lifespan development*. In L. Verhofstadt-Dene`ve *Conflict and Development in Adolescence*. (Eds I Kienhorst, C Braet): 13-19. Leiden, DSWO Press.
- Marcia JE (2014) *From industry to integrity*. *Identity (Mahwah, N J)*, 14:165-176.
- Marcia JE, Josselson R (2013) *Eriksonian personality research and its implications for psychotherapy*. *J Pers*, 81:617-629.
- Mauthner NS (2010) *"I wasn't being true to myself": Women's narratives of postpartum depression*. In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):459-484. New York, Oxford University Press.

- McLean KC, Syed M (2017) Narrative identity. In Encyclopedia of Child and Adolescent Development. (Eds S Hupp, J Jewll). New York, Wiley-Blackwell.
- Miller LT (1996) The self-silencing process in late adolescence: The relationship with depression and mother/douughter relationship (Doctoral dissertation). Cincinnati, OH, University of Cincinnati.
- Morsunbul U, Crocetti E, Cok F, Meeus W (2016) Identity statuses and psychosocial functioning in Turkish youth: A person-centered approach. *J Adolesc*, 47:145-155.
- Neves S, Nogueira C (2010) Deconstructing gendered discourses of love, power, and violence in intimate relationships: Portuguese women's experiences. In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):241-259. New York, Oxford University Press.
- Özmen O, Sümer ZH (2011) Predictors of risk-taking behaviors among Turkish adolescents. *Pers Individ Dif*, 50:4-9.
- Reyes DY (2014) Ethnic differences in self-silencing and traditional Latino gender roles in Latina women (Doctoral dissertation). Minneapolis, Walden University.
- Russell EJ (2015) An exploration of the relationship of college women's feminist identity development and their perceptions of their male romantic partners' conformity to masculine norms (Doctoral dissertation). Akron, OH, University of Akron.
- Schwartz SJ, Luyckx K, Crocetti E (2015) What have we learned since Schwartz (2001)?: A reappraisal of the field of identity development. In *The Oxford Handbook of Identity Development* (Eds KC McLean, M Syed):539-561. New York, Oxford University Press.
- Serafini TE, Adams GR (2002) Functions of identity: Scale construction and validation. *Identity (Mahwah, N J)*, 2:363-391.
- Sikka A, Vaden Goald LG, Waldner LK (2010) Authentic self-expression: Gender, ethnicity, and culture. In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):261-284. New York, Oxford University Press.
- Silva DD (2002) A study of Latino and Latina university students gender role expectations: Gender role conflict, acculturation, ethnic identity, and worldview (Doctoral dissertation). New Mexico, New Mexico State University.
- Smolak L (2010) Gender as culture: The meanings of self-silencing in women and men. In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):129-146. New York, Oxford University Press.
- Thompson JM (1995) Silencing the self: Depressive symptomatology and close relationships. *Psychol Women Q*, 19:337-353.
- Trimble JE, Scharron del Rio MR, Bernal G (2010) The itinerant researcher: Ethical and methodological issues in conducting cross-cultural mental health research. In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):73-95. New York, Oxford University Press.
- Waterman AS (1990) Personal expressiveness: philosophical and psychological foundations. *The Journal of Mind and Behavior*, 11:47-73.
- Waterman AS (1995) Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review of research. *Dev Psychol*, 18:341-358.
- Witte TH, Sherman MF (2002) Silencing the self and feminist identity development. *Psychol Rep*, 90:1075-1083.
- Woodhill BM, Samuels CA (2004) Desirable and undesirable androgyny: A prescription for the twenty-first century. *J Gend Stud*, 13:15-42.
- Worell J (2010) Foreword: Silence no more. In *Silencing the Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):xxiii-xxvii. New York, Oxford University Press.
- Zerzan J (2010) Ataerkillik, uygarlık ve toplumsal cinsiyetin kökenleri. In *Felsefelogos-Cinsiyetçilik*. 49. İstanbul, Fesatoder Yayınları.
- Zoellner T, Hedlund S (2010) Women's self-silencing and depression in the socio-cultural context of Germany. In *Silencing The Self Across Cultures*. (Eds DC Jack, A Ali):107-127. New York, Oxford University Press.

Yazarların Katkıları: Yazarlar çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağladıklarını ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduklarını kabul etmişlerdir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir.

Authors Contributions: The authors attest that they have made an important scientific contribution to the study and have assisted with the drafting or revising of the manuscript.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared by the authors.

Financial Disclosure: The authors declared that this study has received no financial support.